

Listeria

| | |
|----------------------------------|---|
| Fuentes | <ul style="list-style-type: none">• Leche y productos lácteos no pasteurizados (crudos).• Queso blando elaborado con leche no pasteurizada, como el queso fresco, Feta, Brie y Camembert.• Frutas y verduras crudas (como los brotes).• Carnes frías listas para consumir y perros calientes.• Patés refrigerados o pastas untables a base de carne.• Frutos del mar ahumados refrigerados.• Tenga en cuenta que los quesos de estilo hispano elaborados con leche pasteurizada, como el queso fresco, han causado infecciones por <i>listeria</i>, probablemente porque se contaminaron durante la elaboración del queso. |
| Período de incubación | De 7 a 70 días |
| Síntomas | <p>La <i>listeria</i> puede causar fiebre y diarrea del mismo modo que otros gérmenes transmitidos por los alimentos, pero este tipo de infección por <i>listeria</i> rara vez se diagnostica.</p> <p>Los síntomas en personas con listeriosis invasiva (esto significa que la bacteria se ha propagado más allá del intestino) incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Para embarazadas: fiebre, fatiga y dolores musculares. Es posible que las embarazadas no tengan síntomas y aún así sufrir muerte fetal, parto prematuro o infección del recién nacido.• Para todos los demás: rigidez en el cuello, confusión, pérdida del equilibrio y convulsiones, además de fiebre y dolores musculares. |
| Duración de la enfermedad | De unos días a unas semanas |

| | |
|--------------------------------------|---|
| <p>¿Quién está en riesgo?</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Adultos desde 65 años • Embarazadas y sus bebés recién nacidos • Personas cuyos sistemas inmunitarios están debilitados debido a una enfermedad o un tratamiento médico |
| <p>Qué hacer</p> | <p>Para la listeriosis invasiva, los antibióticos administrados rápidamente pueden curar la infección. En embarazadas, se administran antibióticos para prevenir la infección en el feto.</p> |
| <p>Prevención</p> | <ul style="list-style-type: none"> • No beba leche cruda (sin pasteurizar) y no coma quesos blandos elaborados con este tipo de leche, como el queso fresco. • Antes de consumirlos, caliente los perros calientes, los embutidos y las carnes frías a una temperatura interior de 165 °F o hasta que salga vapor. • Coma melón cortado de inmediato o refrigérelo. • Las personas con mayor riesgo no deben consumir los siguientes alimentos: <ul style="list-style-type: none"> ◦ Patés o pastas de carne refrigerados de una charcutería o una carnicería o de la sección refrigerada de una tienda ◦ Frutos del mar ahumados refrigerados —a menos que estén enlatados, envasados para conserva o en un plato cocido— como una cazuela ◦ Brotes crudos o ligeramente cocidos de cualquier tipo ◦ Quesos blandos, como queso fresco, queso blanco, panela, Brie, Camembert, azul o feta, a menos que se indique en la etiqueta que están elaborados con leche pasteurizada • Tenga en cuenta que los quesos de estilo hispano elaborados con leche pasteurizada, como el queso fresco, han causado infecciones por <i>listeria</i>, probablemente porque se contaminaron durante la elaboración del queso. |

